



Assembleia Legislativa do Estado de Rondônia.

Recebido, Autua-se e  
Inclua em pauta.

28 MAR 2023

ASSEMBLEIA LEGISLATIVA  
ESTADO DE RONDÔNIA  
01  
Folha  
2  
SISTEMA  
do Rondônia

✓ Secretário

Nº  
37123

PROTOCOLO

Estado de Rondônia  
Assembleia Legislativa

28 MAR 2023

Protocolo: 49123

PROJETO DE LEI

AUTOR : DEPUTADO RIBEIRO DO SINPOL

Institui o “Dia Estadual do Atleta Corredor de Rua”, a ser comemorado anualmente no dia 9 de março no âmbito Estado de Rondônia.

**A ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DO ESTADO DE RONDÔNIA DECRETA:**

Art. 1º Fica instituído, no âmbito do Estado de Rondônia, “Dia Estadual do Atleta Corredor de Rua”, a ser comemorado anualmente no dia 9 de março no âmbito do Estado de Rondônia, visando homenagear, apoiar, incentivar e divulgar o trabalho dos atletas corredores, maratonistas e ultramaratonistas.

Parágrafo Único. Por ocasião do “Dia Estadual do Atleta Corredor de Rua”, o Poder Público poderá em parceria com as entidades, associações e grupos socialmente envolvidos com a causa, promover campanhas, eventos e outras atividades para a promoção do esporte.

Art. 2º O “Dia Estadual do Atleta Corredor de Rua” integrará o calendário oficial do Estado de Rondônia.

Art. 3º Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.

Plenário das deliberações, 28 de março de 2023.

  
RIBEIRO DO SINPOL  
DEPUTADO ESTADUAL - PATRIOTA



PROTOCOLO		PROJETO DE LEI	Nº
AUTOR : DEPUTADO RIBEIRO DO SINPOL			
<b>JUSTIFICATIVA</b>			
<p>O presente Projeto de Lei tem por objetivo facilitar o acesso da população a Corrida de Rua no Estado de Rondônia.</p> <p>A corrida é um esporte que melhora a nossa saúde física e mental. Ela é capaz de aliviar o estresse e reduzir os sintomas de depressão e ansiedade. Quando realizamos esse esforço, nosso corpo naturalmente libera hormônios que melhoram o humor.</p> <p>Correr é uma ótima maneira de aumentar o seu nível de saúde. Pesquisas mostram que a corrida pode aumentar seus níveis de colesterol bom (HDL), além de ajudar a aumentar a função pulmonar.</p> <p>Nem todos os benefícios são físicos. Correr pode proporcionar um impulso notável a sua confiança e autoestima. Ao definir e atingir metas, você pode ajudar a dar-se uma maior sensação de poder e realização.</p> <p><b>ALIVIA O STRESS</b> – O estresse pode realmente causar uma série de problemas de saúde e humor. Ele também pode diminuir o apetite e a qualidade do sono. Quando você corre, você força seu corpo a exercer o excesso de energia e hormônios. Correr também ajuda a reduzir suas chances de desenvolver dores de cabeça tensionais.</p> <p><b>DIMINUI A DEPRESSÃO</b> – Quando você está deprimido, a última coisa que você provavelmente quer fazer é se levantar e ir para uma atividade. No entanto, depois de apenas alguns minutos de corrida, o seu cérebro vai começar a secretar hormônios (endorfina) que melhoram seu humor naturalmente, trazendo uma sensação de prazer.</p>			



Assembleia Legislativa do Estado de Rondônia.



PROTÓCOLO

PROJETO DE LEI

Nº

AUTOR : DEPUTADO RIBEIRO DO SINPOL

O objetivo é popularizar, incentivar e apoiar a prática de esporte. Com isso a população ganha qualidade de vida beneficiando a saúde da população do Estado de Rondônia.

A corrida de rua consiste em corridas de longa distância em pistas de rua e envolve um grande número de corredores.

Face do tema, conto com o apoio dos nobres pares para analisar e aprovar este Projeto de Lei.

RIBEIRO DO SINPOL  
DEPUTADO ESTADUAL - PATRIOTA